

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala nikmat yang telah di berikan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini yang berjudul “Upaya Meningkatkan *VO2Max* Dengan Menggunakan Metode *High Intensity Interval Training* (HIIT) Pemain Usia 15-16 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) PTPN II Kebun Sawit Seberang Tahun 2016”. Skripsi ini dibuat sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan studi di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.

Dalam penyusunan Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd., Rektor Universitas Negeri Medan
2. Bapak Dr. Budi Valianto, M. Pd., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
3. Bapak Drs. Suharjo, M. Pd., Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
4. Bapak Syamsul Gultom, S. K. M., M. Kes., Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
5. Bapak Drs. Mesnan, M. Kes., Wakil Dekan III Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
6. Ibu Dr. Novita, M. Pd., Ketua Jurusan PKO Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan serta Penguji Skripsi
7. Bapak Yan Indra Siregar, S. Pd., M. Pd., Sekretaris Jurusan PKO serta Pembimbing Skripsi yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini
8. Bapak Drs. Ibrahim, M. Pd., Penguji Skripsi yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini
9. Bapak Irwansyah Siregar, S. Pd., M. Pd., Penguji Skripsi yang telah banyak memberikan kritik dan saran yang membangun dalam proses menyelesaikan skripsi ini

10. Bapak/Ibu Dosen, Staf Administrasi, dan Perlengkapan di FIK UNIMED yang juga turut serta membantu penulis dalam mengerjakan skripsi
11. Pelatih SSB PTPN. II Sawit Seberang, Debi Wahyudiansyah, S. Pd., yang telah memberikan izin melakukan penelitian di sekolah sepakbola tersebut
12. Teristimewa, kepada Ayahanda Rahman Suhedi dan Ibunda Rosni yang telah memberi dukungan baik dalam doa maupun material yang tak ternilai harganya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik
13. Kepada Abangda dan Kakanda, Wahyudin Rahman, Sundari Astuti, Roy Suhendra serta Adinda Dina Asfika yang telah memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
14. Kepada yang terkasih, Indri Widyastuti, yang telah banyak membantu penulis dalam memberikan dukungan maupun semangat serta waktu yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik
15. Rekan-rekan seperjuangan mahasiswa FIK UNIMED, kepada Kelas PKO Reguler A 2011 yang telah memberikan banyak kenangan khususnya kepada M. Indra Bayu, Oni Suryo Sadewo, Dimanov Sutriyono, Riky Amadou, Nindy Syahfitri, Tengku M. Ihsan, Iwan Kurniadi, Rudi Purnomo, Hendra Primadani, Resiyandi C. Sitepu, serta teman-teman lainnya yang tak mampu disebutkan satu persatu.

Penulis telah berupaya semaksimal mungkin dalam menyelesaikan skripsi ini, oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun apabila ada kesalahan dalam penulisan maupun isi yang ada dalam skripsi ini. Akhir kata, penulis mengharpkan agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dalam menambah ilmu yang berkaitan dengan materi dalam skripsi ini.

Medan, Juli 2016
Penulis,

Rendy Irawan
6113121070